

# Svit



*zgjidhni jetën*



**PROGRAMI SHITETËROR PËR  
EKZAMINIMIN DHE ZBULIMIN E  
HERSHËM TË NDRYSHIMEVE  
PARAKANCEROZE DHE TË KANCERIT TË  
ZORRËS SË TRASHË DHE REKTUMIT**

**Është koha që të mendoni për veten.**

# Kanceri i zorrës së trashë dhe i rektumit – vrasësi i fshehtë

**Çdo vit në Slloveni sëmuren rreth 1400 njerëz nga kanceri i zorrës së trashë ose të rektumit.** Për fat të keq, shumë njerëz vdesin nga kanceri, sepse ata e zbulojnë atë shumë vonë. Ky kancer zhvillohet në trup për shumë vite pa shenja të dukshme të sëmundjes, por kur ka probleme të dallueshme, sëmundja shpesh është në një fazë shumë të avancuar, ku trajtimi është i vështirë.

**Jo vetëm që kanceri i zorrës së trashë ose të rektumit mund të jetë krejtësisht i shërueshëm nëse zbulohet mjaft herët, por gjithashtu mund të parandalohet nëse zbulojmë dhe largojmë ndryshimet parakanceroze në membranën mukozale - polipet.**

Përvoja shumëvjeçare e mjekëve jashtë shtetit dhe në Slloveni tregon se barra e kancerit në zorrën e trashë dhe rektum mund të reduktohet shumë **me testim të rregullt për gjak të fshehur në feçe.** Ky testim në të vërtetë mundëson zbulimin dhe heqjen e polipeve, si dhe zbulimin e sëmundjes në një fazë krejt fillestare, kur është plotësisht e shërueshme.

Që nga viti 2009, për këtë qëllim kemi në Slloveni Programin Svit, i cili u përkushtohet meshkujve dhe femrave të moshës 50-74 vjeç.

**Pjesëmarrjen në Programin Svit e mbulon sigurimi juaj shëndetësor, pasi kostoja e zbatimit të këtij programi mbartet nga Instituti i Sigurimeve Shëndetësore të Sllovenisë.**

Programi realizohet nën kujdesin e Ministrisë së Shëndetësisë të Republikës së Sllovenisë dhe zhvillohet nga Instituti Kombëtar i Shëndetit Publik.

## **Me testim të rregullt, ju mund të ruani shëndetin dhe jetën tuaj!**

**MOS E FLAKNI KURRË FTESËN – TESTOHUNI!**

## KANCERI NË ZORRËN E TRASHË DHE REKTUM ËSHTË SËMUNDJE ME DHIMBJE, SHUMË E NDJESHME DHE QË ZHVILLOHET ME VITE PA PARAQITUR SHENJA TË DUKSHME.

Në vitet e fundit, në Programin Svit kemi zbuluar polipe ose faza të hershme të kancerit në shumë njerëz të cilëve as nuk u shkante në mendje se ishin të sëmurë. Këta njerëz janë dëshmitarët më të ëtë rëndësishë së madhe të Programit Svit, që u ka shpëtuar jetën shumë njerëzve.

*Kur mora një ftesë për Programin Svit, reagova shumë shpejt, sepse ndihesha plotësisht i shëndetshëm. Pas testit të bërë, mora një rezultatë pozitiv. Në baltën time kishin gjetur gjak! Vazhdova me kolonoskopi ku u zbulua kanceri në zorrën e trashë, analizat e mëtejshme treguan se kanceri ishte përhapur edhe në mëlçi. Vazhduam me operacion dhe trajtim. Sot jam i shëndoshë, jetoj një jetë të plotë dhe të lumtur dhe jam shumë mirënjohës ndaj Programit Svit!*



Samo Podgornik

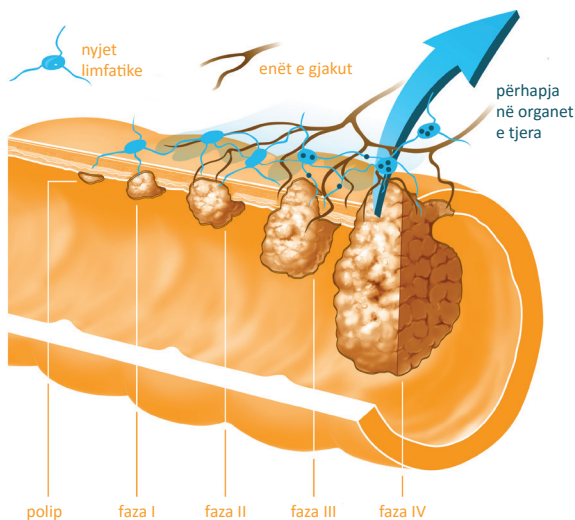


*Për shëndetin, ia vlen patjetër përpjekja. Fatmirësisht, unë jam i shëndetshëm – por testohem rregullisht në Programin Svit sepse dua të qëndroj i shëndetshëm gjithnjë. Kur e dimë mënyrën për të shmangur rrezikun e fshehtë, gjëja më e mençur është ta bëjmë atë!*

Viki Grošelj, alpinist

# Si rrjedh sëmundja

Kanceri i zorrës së trashë dhe i rektumit kërcënojnë si burrat ashtu edhe gratë. Kjo formë e kancerit është më shpesh e zhvilluar nga ndryshimet parakanceroze në membranën mukozale - polipet. Qelizat e polipeve të tjera jo të rrezikshme mund të ndryshojnë gjatë viteve duke bërë që nga polipet të zhvillohet kanceri. Nëse kanceri është ende i kufizuar vetëm në një polip, ai mund të hiqet lehtësisht dhe trajtimi onkologjik shpesh nuk është aspak i nevojshëm. Sëmundja përparon ngadalë dhe shumë e fshehur. Nëse kanceri është ende i kufizuar vetëm në një polip, ai mund të hiqet lehtësisht dhe trajtimi onkologjik shpesh nuk është aspak i nevojshëm. Megjithatë, nëse sëmundja përparon dhe fillon të përhapet nëpërmjet enëve të gjakut dhe nyjeve limfatike, trajtimi mund të jetë shumë i vështirë dhe fatkeqësisht jo gjithmonë i suksesshëm. Prandaj, ndryshimet në zorrën e trashë duhet të zbulohen sa më shpejt!



*Fazat e zhvillimit të kancerit të zorrës së trashë*

**Rreziku i zhvillimit të këtij kanceri është rritur:** inflamacioni kronik i zorrëve, tendenca familjare në drejtim të zhvillimit të polipeve, pirja e duhanit, konsumimi i alkoolit, mungesa e të ushtruarit, dieta e pabalancuar, pesha e lartë trupore dhe konsumi i tepruar të mishit të kuq.

# Kush është më në rrezik

Rreziku i zhvillimit të kancerit në zorrën e trashë ose në rektum rritet me rritjen e moshës. Shumica e pacientëve janë mbi 50 vjeç, por për fat të keq kjo sëmundje mund të shfaqet edhe tek të rinjtë.

Të kërcënuar janë veçanërisht:

- të afërmit më të ngushtë të gjakut të pacientëve që janë sëmurur me kancer të zorrës së trashë ose rektumit para moshës 60 vjeç (nëse babai, nëna, vëllai ose motra është sëmurur),
- të sëmurët me sëmundje kronike të inflamacionit të zorrëve dhe
- të sëmurët tek të cilët janë zbuluar tashmë polipet në zorrë.

**SEPSE NDRYSHIMET E SËMUNDJES NË TRUP NUK SHKAKTOJNË GJAKDERDHJE GJITHË KOHËN, ËSHTË SHUMË E RËNDËSISHME QË TË BASHKËPUNONI NË PROGRAM ÇDO DY VJET KËSHTU QË RRYTET MUNDËSIA, E ZBULIMIT NË KOHË TË ÇDO GJAKDERDHJEJE.**



*Kur nëna ime mësoi se kishte kancer në zorrën e trashë, ajo filloi menjëherë një trajtim intensiv që zgjati 2 vjet. Ajo gjithashtu aplikoi dhe mjekësinë alternative. Ishte tepër vonë. Nënë time e humba kur isha 20 vjeç. Unë besoj se një mënyrë më e përshtatshme jetese dhe një ekzaminim më i hershëm mund ta shpëtonin jetën e saj.*

Katja Lihtenvalner





# Si të përfshiheni në programin Svit

1. Plotësoni dhe nënshkruani sa më parë deklaratën e pjesëmarrjes vullnetare dhe dërgojeni në Programin Svit.
2. Nëse plotësoni kriteret për pjesëmarrje në programin e ekzaminimit, do të merrni me postë dy komplete për marrjen e mostrave të feçes. Në intimitetin e shtëpisë tuaj, do të merrni dy mostra sipas udhëzimeve dhe do t'i dërgoni me zarfet bashkangjitur në postë.
3. Në laboratorin e Programit Svit, ne do të analizojmë dhe përcaktojmë nëse në mostrat e feçes ka prani gjaku.
4. Përgjigjen e analizave do ta merrni me postë pas rreth një jave.

Nëse në mostrat e feçes nuk zbulohet prani gjaku, rezultati do të jetë **negativ**.

Kjo do të thotë që nuk ndodh asgjë e pazakontë në zorrë – për testim do t'ju ftojme të provoni sërish pas dy vitesh dhe pastaj do ju ftojme përsëri çdo dy vjet derisa të arrini moshën 74-vjeçare.

Për fat të keq, asnjë shqyrtim nuk është krejtësisht i besueshëm; megjithatë, funksionimi i trupit dhe, në veçanti, feçet duhet të monitorohen nga afër.

*Programi Svit më shpëtoi jetën sepse punonjësit e programit tregonin kujdes të vazhdueshëm; unë do të jem gjithmonë mirënjohëse për këtë. Pas kolonoskopisë, koha u ndal, diagnoza e kancerit erdhi me hapa të qetë. Pastaj gjithçka u zhvillua me një shpejtësi vetëtime: spital, operacion, analiza. Mezi e kuptoj se çfarë ka ndodhur. Isha me fat që skenari më i tmerrshëm nuk ndodhi. Mos i hidhni ftesat për të marrë feçen, shpëtoni veten edhe jetën tuaj!*



Marija Hrvatin

# Cilat shenja mund të thonë që arriti në zorrë deri në ndryshime të sëmundjes

- Hemorragji e dukshme në feçe,
- ndryshim në regjimin e jashtëqitjes (feçe shumë e hollë, kapsllëk i pasuar nga diarreja, jashtëqitje me ngjyrë të zezë),
- dhimbje të forta dhe të përsëritura të barkut dhe
- humbje e padëshirueshme të peshës trupore.

**NËSE SHFAQEN KËTO PROBLEME, DUHET TË KËSHILLOHENI MENJËHERË ME MJEKUN TUAJ TË ZGJEDHUR PERSONAL.**

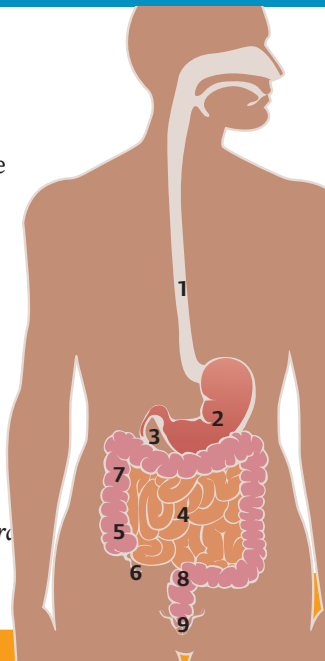
## Çfarë ndodh nëse në mostrat e feçes zbulojmë gjak

Nëse rezultati i testit në Programin Svit është pozitiv, kjo do të thotë se në mostrat e feçes kemi gjetur gjak. Kjo nuk do të thotë se keni kancer – kjo do të thotë vetëm se në zorrë ka ndodhur gjakderdhje. Prandaj është e domosdoshme të zbulohet arsyeja e pranisë së gjakut në feçe.

Një ekzaminim i detajuar i zorrës së trashë që do të shpjegonte shkaqet e gjakderdhjes quhet kolonoskopi.

Në shumicën e rasteve, shkaktarë janë polipet hemoragjike, mukozat, nga të cilat me kohë mund të zhvillohet kanceri. Ato mund të klasifikohen si një bombë me sahat, kështu që duhet të hiqen.

1 ezofagu; 2 stomaku; 3 duodeni; 4 zorrë e hollë; 5 zorra qorre; 6 apendiciti; 7 zorra e trashë; 8 rektumi; 9 anusi



# Kolonoskopia

Përvoja e zbatimit të mëparshëm të Programit Svit ka treguar se në rreth 6% të njerëzve që i bashkohen Programit Svit, në mostrat e feçes zbulohet gjak. Për ata që marrin një përgjigje pozitive të testit për gjakun e fshehur në feçe, këshillojmë që të kryhet një kolonoskopi në Programin Svit. Në këtë ekzaminim, është një mjek specialist që, me një tub fleksibël me trashësinë e gishtit dhe në të cilin është montuar një kamerë e vogël, kontrollon zorrën e trashë, e cila duhet të pastrohet mirë para ekzaminimit. Nëse mjeku zbulon polipe, ato mund të hiqen gjatë kontrollit, gjë e cila është krejtësisht pa dhimbje. Mostrat e marra të indeve të zorrëve dërgohen për një ekzaminim të hollësishëm mikroskopik.

Nëse keni nevojë për kolonoskopi, së pari do të kërkoni mjekun tuaj të zgjedhur. Së bashku me të do të bëhet një plan se si do të kryhet kontrolli në Programin Svit. Ju do të telefononi qendrën telefonike të Programit Svit dhe do të bini dakord në telefon për datën e kontrollit në një nga qendrat e autorizuara kolonoskopike të Svit, të cilat gjenden në të gjithë Slloveninë. Këto janë qendra diagnostikuese që plotësojnë kriteret më të rrepta për cilësinë e kontrolleve të tilla.

Kontrolli është pak i parehatshëm, por për shumicën e njerëzve është pa dhimbje.





# Çfarë ndodh nëse kjo rezulton të jetë kancer

Nëse një ekzaminim i detajuar tregon se ka ndryshime kanceroze në zorrë, trajtimi do të fillojë menjëherë. Ai do të kryhet nën drejtimin e ekspertëve më të mirë për trajtimin e kancerit në bashkëpunim me mjekun e zgjedhur personal të pacientit.

**Arritjet bashkëkohore mjekësore dhe metodat e trajtimit e bëjnë kancerin e zorrës së trashë ose të rektumit plotësisht të shërueshëm - nëse zbulohet në fillimet e tij. Sa më parë - aq më mirë!**

**PARA SE TË FILLONIM ZHVILLIMIN E PROGRAMIT SVIT NË SLLOVENI, VETËM 12% E RASTEVE TË KANCERIT TË ZORRËS SË TRASHË ZBULOHESHIN NË FAZËN E HERSHME – NË PROGRAMIN SVIT RRETH 70% TË RASTEVE ZBULOHEN NË NJË FAZË TË TILLË KU TRAJTIMI ONKOLOGJIK NUK ËSHTË ASPAK I NEVOJSHËM.**

## MOS KINI FRIKË BOTËN NË TRUPIN TUAJ! Testohuni!

Testimi i rregullt për gjakun e fshehur në feç, është një investim shumë i rëndësishëm në shëndetësi. Prandaj, është shumë e rëndësishme që të përfshiheni në programin Svit sa herë që jeni të ftuar në të.

*Ndonjëherë nuk jemi mjaftë të kujdesshëm ndaj shëndetit tonë dhe e shohim testimin si një detyrim, të cilin vazhdimisht e shtyjmë për nesër. Le të jetë kjo e nesërme sot! Për shkak të kancerit, kam humbur shumë njerëz të dashur, dhe e di që kur një anëtar i familjes sëmuret, kjo lë pasoja shumë të vështira për të gjithë të tjerët. Nëse nuk jeni indiferentë për të dashurit tuaj, atëherë vendosuni në lëkurën e tyre. As ata nuk janë të pakujdesshëm për ju. Shfrytëzoni mundësinë e dhënë dhe ruani shëndetin tuaj.*

Silvestra Brodnjak



# Çfarë mund të bëjmë që të mos sëmuremi fare

- Merrni pjesë rregullisht në Programin Svit dhe programet e tjera të ekzaminimit.
- Vendosni një mënyrë jetese të shëndetshme. Lëvizni shumë, ruani peshën normale të trupit, hani shëndetshëm.
- Hiqni dorë nga pirja e duhanit, nga pirja e dëmshme e alkoolit dhe veset e tjera të dëmshme.
- Dëgjoni trupin dhe, kur keni probleme me zorrët, vizitohuni te mjeku.
- Inkurajoni edhe të tjerët që të veprojnë kështu.



*Falë Programit Svit, mësova me kohë për diagnozën e kancerit dhe e kapërceva atë me sukses. Të gjithëve që merrni një ftesë ju rekomandoj - pranoni atë! Duhet vetëm pak vullnet të mirë për t'u bindur si është gjendja e shëndetit tuaj. Programi parandalues që na është mundësuar është tepër i mirë.*

Marija Lili Gričar

*Para fillimit të Programit Svit, dy të tretat e rasteve të kancerit në zorrën e trashë apo kolorektal i kemi zbuluar në një fazë të vonshme ku trajtimi nuk ishte i suksesshëm. Në kuadrin e programit të kancerit, atë e zbulojmë shumë më herët, në shumicën e rasteve aq herët, sa që mund të largohet vetëm me kolonoskopi dhe nuk nevojitet asnjë operacion tjetër.*

Prim. Milan Stefanovič, gastroenterolog



# *Për programin shtetëror të zbulimit të hershëm të ndryshimeve parakanceroze dhe kancerit të zorrës së trashë dhe rektumit në Slloveni*

Programi Svit quhet program shtetëror ekzaminimi sepse, me zbulimin e hershëm të ndryshimeve parakanceroze, ne reduktojmë shfaqjet e kancerit të zorrës së trashë dhe rektumit dhe rrisim mundësitë e mbijetesës së pacientëve me kancer.

Programi u mundësua nga Ministria e Shëndetësisë e Republikës së Sllovenisë dhe Instituti i Sigurimeve Shëndetësore të Sllovenisë. Pjesëmarrjen në programin Svit e mbulon sigurimi shëndetësor i detyrueshëm. Ftesat për në program u dërgohen grave dhe burrave që janë të moshës mes 50 dhe 74 vjeç. Testimi në Programin Svit duhet të bëhet çdo dy vjet deri në moshën 74-vjeçare.

Svit është një shërbim cilësor shëndetësor që ndjek rekomandimet e Komisionit Evropian, duke respektuar zbulimet bashkëkohore profesionale dhe përvojën e programeve parandaluese më të suksesshme për zbulimin e hershëm të kancerit dhe ndryshimeve parakanceroze në vendet e Bashkimit Evropian e gjetkë në botë. Svit siguron cilësinë e të gjitha shërbimeve, nga procedurat e ekzaminimit dhe diagnostikimit deri tek trajtimi i kancerit të zbuluar. Ftesa në program dhe ekzaminimet

laboratorike të feçes për gjakderdhje të fshehta përsëritet çdo dy vjet. Mostrat e feçeve analizohen në Programin Svit për të gjithë Slloveninë. Për rezultatet pozitive të feçes ne informojmë pjesëmarrësit dhe mjekët e tyre personalë, ndërsa për rezultatet negative informohen vetëm pjesëmarrësit. Mjekët personalë të përzgjedhur ne i informojmë një herë në vit për të gjithë pacientët e tyre që kanë marrë pjesë në program.

Kolonoskopia kryhet nga specialistë të aftësuar veçanërisht në specialitetin e internistëve – gastroenterologëve dhe kirurgëve në qendra të posaçme të organizuara në të gjithë Slloveninë. Ekzaminimet e indeve të larguara kryhen nga specialistët histopatologë. Mjekimi kryhet nga specialistë në qendra të ndryshme mjekësore. Cilësia profesionale e Programit Svit mbikëqyret nga një këshill programor i përbërë nga specialistë të njohur të specialiteteve të ndryshme. Mbajtës i Programit Svit është Instituti Kombëtar i Shëndetit Publik, i cili e zhvillon programin, e drejton dhe e koordinon atë, ndërsa zbatimi i programit përfshin stafin mjekësor nga një numër institucionesh shëndetësore nga e gjithë Sllovenia.

# Për informacione shtesë në lidhje me Programin Svit, mund të:

- çdo ditë nga ora 09:00 deri në orën 14:00, telefononi në numrin e telefonit të qendrës telefonike të Programit Svit 01/620 45 21;
- shkruani në adresën e programit Svit, p. p. 241, 1001 Ljubljana, ose svit@nijz.si, gjithashtu mund të dërgoni një telefaks në numrin 01/620 45 29;
- vizitoni faqen e internetit të Programit Svit [www.program-svit.si](http://www.program-svit.si);
- vizitoni Pikën e kontaktit të Programit Svit në qendrën parandaluese të qendrës tuaj shëndetësore ose.

Me kërkesën tuaj, mund të dërgojmë materiale në lidhje me Programin Svit në italisht, hungarisht, anglisht, shqip ose kroatisht. Materialet audio dhe materialet në gjuhën slovene të shenjave janë në dispozicion në adresën e internetit [www.program-svit.si](http://www.program-svit.si), ku do të gjeni edhe informacione të tjera interesante.

Shpresojmë që ju tashmë keni vendosur të testoheni në Programin Svit.

Me dëshirën për të marrë një vendim të mençur për shëndetin tuaj, ju përshëndesim përzemërsisht.

Bashkëpunëtorët e Programit Svit



Nacionalni inštitut  
za **javno zdravje**



## Programi Svit

P.P. 241, 1001 Ljubljana  
telefon 01/620 45 21  
telefaks 01/620 45 29  
svit@nijz.si  
[www.program-svit.si](http://www.program-svit.si)